

## GRAU EN FISIOTERÀPIA

### 23231 - ANÀLISIS FUNCIONAL DE L'EXERCICI I BASES DE L'ENTRENAMENT

#### Informació general

- Curs acadèmic 2023/24
- Curs: Segon
- Trimestre: Segon
- Nombre de crèdits: 6
- Professorat:
  - Raquel Sebio García <[rsebio@tecnocampus.cat](mailto:rsebio@tecnocampus.cat)>
  - Alberto Ortegón Piñero <[aortegon@tecnocampus.cat](mailto:aortegon@tecnocampus.cat)>

#### Llengües de docència

- Català
- Castellà
- Anglès

#### Presentació de l'assignatura

El moviment corporal constitueix una eina essencial dintre de l'arsenal terapèutic del fisioterapeuta. Concretament, l'activitat física i l'exercici són expressions del moviment humà que cada vegada tenen més pes en el tractament de les persones amb diferents patologies. Per poder dur a terme una prescripció adequada d'aquestes eines a l'àmbit clínic, és necessari conèixer en profunditat la cinesiologia dels diferents moviments del cos i saber analitzar els paràmetres i les característiques que els conformen.

L'assignatura d'**anàlisi funcional de l'exercici i bases de l'entrenament** té com a objectiu presentar a l'estudiant les bases teòriques sobre el moviment del cos humà en relació a la pràctica d'activitat física i exercici per, posteriorment, proporcionar-li el coneixement necessari sobre els principis de l'entrenament i les principals metodologies d'entrenament que s'utilitzen en l'àmbit clínic. A la part d'anàlisi funcional, s'exposaran els diferents mètodes que existeixen per dur a terme aquest anàlisi funcional del moviment en la pràctica diària així com els recursos per interpretar correctament els resultats obtinguts. Paral·lelament, a la part de bases de l'entrenament, s'explicaran els principis i conceptes bàsics de l'entrenament físic, així com els principals mètodes de treball que es poden fer servir per la millora de les diferents capacitats físiques bàsiques que poden veure's afectades en la població clínica (velocitat, coordinació, flexibilitat, capacitat cardiorespiratòria i força muscular).

Al llarg d'aquesta assignatura es combinarà teoria i pràctica i s'usaran diferents metodologies docents incloent la classe magistral, el treball cooperatiu i activitats pràctiques. Igualment, en aquesta assignatura es contemplen els recursos i eines que incorporen la perspectiva de gènere i la prevenció de violència de gènere.

#### Competències/Resultats d'aprenentatge

##### Específica

- RAE2 - Explicarà els principis de la biomecànica i l'electrofisiologia, aplicant les seves principals indicacions en l'àmbit de la fisioteràpia.
- RAE3 - Identificarà els aspectes psicològics i socials en la relació fisioterapeuta-pacient comprenent el resultat en l'estat de salut o malaltia de les persones, famílies i comunitat.
- RAE4 - Incorporarà tècniques d'assertivitat i habilitats socials aplicant-les, en l'educació per a la salut en els usuaris al llarg de tota la vida, en la realització dels seminaris pràctics.
- RAE5 - Serà capaç d'identificar els factors que intervenen en situacions de treball en equip i de lideratge, en les activitats teòriques i/o pràctiques en

les quals es treballi en aquesta modalitat.

- RAE6 - Analitzarà les estructures anatòmiques i els canvis fisiològics que succeeixen en les persones a conseqüència de les intervencions del professional en fisioteràpia, en la seva aplicació en les assignatures específiques.
- RAE7 - Serà capaç de reconèixer les situacions de risc vital executant les maniobres de suport bàsic en els seminaris pràctics i simulació.
- RAE8 - Serà capaç d'explicar la fisiopatologia de les malalties identificant les manifestacions que apareixen al llarg dels processos, els tractaments mèdic-quirúrgics, fonamentalment en els seus aspectes fisioterapèutics.
- RAE10 - Identificarà els problemes psicològics i físics derivats de la violència de gènere realitzant la detecció precoç, l'assistència, i la rehabilitació de les víctimes d'aquesta manera de violència en els seminaris pràctics, la simulació i les pràctiques acadèmiques externes.
- RAE13 - Serà capaç d'identificar, seguint els criteris de la pràctica fisioterapèutica, l'estat funcional de l'usuari, considerant els aspectes físics, psicològics i socials d'aquest.

No definides

## Continguts

---

### BLOC 1: ANÀLISI FUNCIONAL DE L'ACTIVITAT FÍSICA I L'EXERCICI

Tema 1. Fonaments de la motricitat i bases de la cinesiologia humana

Tema 2. Introducció al desenvolupament motor

Tema 3. Estratègies i eines per l'anàlisi del moviment

Tema 4. Anàlisi del moviment en la valoració funcional.

Tema 5. Anàlisi del moviment en l'execució de l'exercici

### BLOC 2: BASES TEÒRIQUES DE L'ENTRENAMENT FÍSIC

Tema 1. Principis de l'entrenament físic

Tema 2. El concepte de càrrega aplicat a l'entrenament

Tema 3. Entrenament de la força i altres funcions musculars

Tema 4. Entrenament de la resistència cardiovascular

Tema 5. Entrenament de la velocitat

Tema 6. Entrenament de la flexibilitat i l'amplitud articular.

## Objectius de Desenvolupament Sostenible

---

- 05 - Igualtat de gènere
- 03 - Salut i benestar

## Sistema d'avaluació i qualificació

---

Aquesta assignatura s'avaluarà mitjançant les següents activitats formatives:

SE1. Portfoli electrònic: 10 - 40%

SE2. Exposició oral: 20 - 50%

SE3. Examen: 30 - 60%

SE4. Autoavaluació: 5 - 30%

SE5. Avaluació entre iguals: 5 - 30%

Per poder superar l'assignatura caldrà obtenir una puntuació de **com a mínim 5/10 a l'examen**. La no presentació a l'examen constitueix un "No Presentat" i l'alumne no es podrà presentar a la recuperació. D'acord amb la normativa vigent, només es poden presentar a l'examen de recuperació els alumnes que hagin assolit una qualificació de suspens durant l'avaluació ordinària. Les activitats que constitueixen l'avaluació continuada (SE1, SE2, SE3 i SE5) **no es poden recuperar**.

La còpia total o parcial en qualsevol de les activitats d'aprenentatge significarà un "No Presentat" a l'assignatura sense opció a presentar-se a la prova de recuperació i sense perjudici d'obertura d'un expedient per aquest motiu.